Opłata uiszczona ryczałtem.
Nr. 5.
Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

[Nr 5]

MŁODA · MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU

POPIERANY · PRZEZ · POLSKIE · TOWARZYSTWO · PEDJATRYCZNE



Mały narciarz korzysta z ostatniego śniegu.

Od Redakcji

Uważamy za swój obowiązek zakomunikować Szanownym naszym Czytelniczkom i Prenumeratorkom, iż dotychczasowa Redaktorka działu pedagogicznego i rad praktycznych, pani Wanda Pełczyńska, opuściła zajmowane stanowisko z powodu wyjazdu na stały pobyt do Wilna. Kontaktu z pismem nie zrywa, będzie z nami współpracować nadal, zamieszczając swoje artykuły.

Na tem miejscu składamy Jej serdeczne podziękowanie za dotychczasową owocną pracę dla pisma i życzymy wszystkiego najlepszego w dalszej Jej pracy społecznej.

O WYSADZANIU DZIECI.

Niemowlę zdobywa w pierwszym roku życia cały szereg niezmiernie ważnych umiejętności. Do najważniejszych z nich należy niewątpliwie umiejętność świadomego powstrzymywania moczu i kału, oraz zawiadamianie otoczenia o swych potrzebach. Każda matka pragnie jak najprędzej nauczyć swe dziecko porządku i różnemi drogami zmierza do tego celu. Niektóre matki zaczynają wysadzać swe dzieci dość wcześnie, bo już w 4-tym lub w 5-tym miesiącu życia, inne zaś odnoszą się do tej sprawy obojętniej, czekając aż dziecko zmądrzeje i z tego „wyrośnie". Obie drogi postępowania są błędne.

Oddawanie moczu i kału u niemowlęcia odbywa się początkowo na drodze odruchowej, bez udziału woli i świadomości. Postępowanie nasze zmierzać powinno ku temu, aby odruch ten ujarzmić, doprowadzić go do świadomości dziecka i podporządkować jego woli. Mocz wypełniający pęcherz moczowy rozciąga błonę śluzową pęcherza, które to rozciąganie jest z kolei bodźcem dla powstania wyżej wspomnianego odruchu. Podobnie podrażnienie śluzówki odbytnicy przez wypełniające je masy kalowe jest bodźcem dla odruchowego oddania kału. Jeżeli uda nam się ten naturalny bodziec, wychodzący z błony śluzowej pęcherza, bądź odbytnicy, połączyć z jakimś innym sztucznym bodźcem, wtedy po pewnym czasie zastosowanie tego sztucznego bodźca wystarczy już dla wywołania opróżnienia pęcherza, względnie odbytnicy, nawet wówczas, gdy nie są one całkowicie wypełnione moczem lub kałem. Takim sztucznym, pomocniczym bodźcem jest wysadzanie dziecka bądź w postaci trzymania go nad nocniczkiem, bądź też w postaci sadzania go na nim, z któremi to czynnościami matka zwykła łączyć pewne podniety dźwiękowe.

Z powyższego wynika, że przy

przyzwyczajaniu dziecka do porządku muszą być brane pod uwagę dwa zasadnicze momenty: 1) dziecko musi być wystarczająco umysłowo rozwinięte, by zrozumieć, że wszelkie procedury, związane z wysadzaniem go, mają pewne określone znaczenie, a rozumieć to zaczyna dopiero w III-cim kwartale życia; 2) matka musi stosować zawsze ten sam bodziec. Bezcelowe jest wysadzanie dzieci młodszych, błędem jest, jeśli matka jednego dnia trzyma dziecko nad nocniczkiem, drugiego dnia je sadza, trzeciego zaś nie robi nic. Względnie obojętny jest sam sposób wysadzania, zasadniczym jednak postulatem jest konsekwentne stosowanie tego samego systemu, w przeciwnym bowiem razie, dziecko nigdy nie zrozumie, czego się od niego żąda.

Przestrzec należy przed systemem, uprawianym przez niektóre niańki, a mianowicie przed polewaniem części płciowych dziecka wodą, w celu sprowokowania oddania moczu, wywołuje to bowiem nadwrażliwość błony śluzowej pęcherza i sprowadza skutek odwrotny, t. j. bardzo częste moczenie, które trwać może często przez parę lat.

Akt oddawania moczu lub stolca wymaga od dziecka pewnego skupienia, dlatego też nie należy dziecku w tym momencie dawać żadnych zabawek, ani też niczem odwracać jego uwagi. Matka winna dbać również o wybranie odpowiedniej pory dnia do wysadzania dziecka, w tym celu winna zaobserwować, o jakiej godzinie dziecko oddaje stolec, co u starszych niemowląt odbywa się przeważnie raz dziennie o ustalonej godzinie, i w tym czasie dziecko wysadzić. Przewidzieć porę oddawania moczu jest trudniej, lecz i tu pomoże dokładna obserwacja; większość bowiem dzieci oddaje mocz w przeciągu pierwszego kwadransa po każdem jedzeniu, oraz zaraz po przebudzeniu się.

Oczywiście nie odrazu dziecko wyucza się porządku. Trwa to krócej lub dłużej, zależnie od inteligencji dziecka i od wytrwałości matki. Mniej więcej jednak w końcu I-ego roku życia niemowlę osiąga umiejętność powstrzymywania na jawie moczu i kału oraz dawania we właściwy sobie sposób znać otoczeniu o swych potrzebach. Nawet po osiągnięciu tego celu należy przez następny okres czasu utrwalać dziecko w zdobytej z trudem wiedzy i przypominać mu od czasu do czasu o jego potrzebach. Na tej drodze matki często przesadzają w swej gorliwości. Niejednokrotnie spotyka się matki, które 3, a nawet 4 letnie dzieci niemal co godzinę namawiają do oddawania moczu. Jest to zupełnie niewłaściwe. Dziecko starsze oddaje mocz, podobnie jak dorosły, kilka razy na dobę, — przez częste oddawanie moczu zaczyna zbyt często odczuwać potrzebę urynowania, nawet przy minimalnem napełnieniu pęchęrza.

Powstrzymywanie moczu we śnie następuje dopiero w przebiegu II-go roku życia. Aby uniknąć zlewania się dziecka w nocy, należy wysadzić je przed ułożeniem do snu oraz raz wieczorem w 3 — 4 godziny po za-

śnięciu; większość dzieci podczas tej procedury nie budzi się wcale, inne zaś budzą się na chwilę i zasypiają natychmiast, dlatego też matka nie powinna mieć żadnych skrupułów z powodu obudzenia dziecka. Dla uniknięcia obfitego moczenia się dzieci w nocy należy unikać podawania im w godzinach przedwieczornych dużych ilości płynu, ani też większej ilości owoców. Dziecko 2 — 2 i pół letnie powinno już umieć panować nad oddawaniem moczu i kału zarówno w dzień jak i w nocy.

Streszczając wyżej powiedziane, podkreślam, że 1) należy zacząć wysadzać niemowlę najwcześniej w 7-ym miesiącu życia, 2) raz zacząwszy, należy obrany przez siebie system stosować wytrwale i konsekwentnie, nie zrażając się licznemi niepowodzeniami.

Na zakończenie kilka słów o nocniczku. Nocniczek dziecka powinien być utrzymywany w bezwzględnej czystości, po każdem oddaniu moczu należy go przepłókać wodą, zaś raz dziennie, najlepiej po oddaniu stolca, należy go porządnie wymyć gorącą wodą z dodaniem bielidła.

Zapobiega to rozkładaniu się moczu, wytwarzaniu amoniaku, który poza nieprzyjemnym zapachem, drażni błony śluzowe niemowlęcia.

Nasuwa mi się tu jeszcze jedna uwaga: otóż niektóre matki uważają nocniczek za jeden z najważniejszych sprzętów pokoju dziecinnego i stawiają go na najbardziej widocznem i honorowem miejscu. Jeśli nawet przypuścić, że jest on idealnie czysty i rozkładające się resztki moczu nie psują powietrza, przyznać należy, że nie stanowi on ozdoby pokoju. Dbajmy w wychowaniu naszych dzieci nietylko o higjenę ale również i o estetykę. Jeśli już ze względów mieszkaniowych niewygodne jest umieszczenie nocniczka poza pokojem dziecinnym, trzymajmy go chociaż w zamkniętej, na ten cel przeznaczonej szafeczce, a zarówno powietrze jak i wygląd ogólny pokoju dziecinnego bardzo na tem zyska.

Dr. M. Stopnicka.

Kilka słów o kile.

Kiła jest, jak wiadomo, jedną z chorób t. zw. wenerycznych. Obecnie jest to choroba bardzo rozpowszechniona na całej kuli ziemskiej, we wszelkich warstwach społecznych i we wszelkim wieku. Jest to cierpienie, o którem nie zwykło się szeroko mówić nawet i lekarzowi, i dzięki temu można mieć pozorne złudzenie, że jest to choroba nazbyt wyjątkowa. Niestety, cyfry mówią co innego. We Francji, naprzykład, niektóre szpitale dziecięce podają liczbę napewno dotkniętych tem cierpieniem na 10% ogólnej liczby wszystkich zgłaszających się dzieci. Ponieważ rozpoznanie tej choroby nie zawsze można ściśle ustalić, — liczba ta z dużem prawdopodobieństwem jest jeszcze wyższą.

Jest to choroba zakaźna, która w wiekach średnich, szczególnie w czasie wojen krzyżowych rozszerzyła się na różne kraje i miejscowości niemal nagminnie, mając przebieg niezmiernie złośliwy, który obecnie po przejściu kiły przez szereg pokoleń ludzkich znacznie złagodniał. Są i w Polsce obecnie miejscowości, gdzie nieraz wszyscy niemal mieszkańcy wsi są chorzy, jak nprz. na Huculszczyźnie, we Wschodniej Małopolsce.

Kiła, jak każda inna choroba zakaźna, wywoływana jest przez rozmnażanie się w ustroju ludzkim swoistego zarazka (z grupy t. zw. krętków). Jest to choroba bardzo przewlekła, w przebiegu swym najbardziej dająca się porównać z gruźlicą. Podobnie jak gruźlica, przebiega okresami, wywołuje najróżnorodniejsze objawy, zależnie od czasu, który upłynął od chwili zakażenia się, wieku osobnika chorego i tp. Choroba ta przenosi się najczęściej bezpośrednio od człowieka chorego na zdrowego i przenosi się także od rodziców chorych na ich potomstwo i właśnie dlatego musimy w tem miejscu kilka słów sprawie tej poświęcić.

O ile stwierdzimy kiłę u dziecka, prawie napewno można twierdzić, że rodzice jego są chorzy, mimo że mogą nie skarżyć się na żadne dolegliwości i nie zdradzać żadnych widocznych objawów choroby. Odwrotnie, o ile u matki chorej rodzi się dziecko bez żadnych widocznych objawów choroby i pozornie zdrowe, — najczęściej jest ono chore, za wyjątkiem tych przypadków, kiedy choroba matki datuje się oddawna i już prawie wygasła, lub jeżeli matka poddała się zawczasu, a także i w czasie ciąży bardzo starannemu i gruntownemu leczeniu.

Kiła rodziców nieleczona lub niedostatecznie leczona odbija się w sposób fatalny na potomstwie: zdarzają się liczne poronienia, lub rodzą się dzieci martwe i niedonoszone z mniej lub bardziej wyraźnemi objawami choroby. O ile dzieci rodzą się pozornie zdrowe, rozwój ich fizyczny i umysłowy może ulegać znacznemu upośledzeniu i objawy chorobowe mogą wystąpić nawet po kilku lub kilkunastu latach. Dzieci idjoci lub dzieci z wodogłowiem często mają jako tło choroby wrodzoną kiłę.

Należy podkreślić, że kiła jest chorobą, wobec której medycyna bynajmniej nie jest bezsilna i posiada tak skuteczne środki lecznicze, jak rzadko w którem innem cierpieniu zakaźnem. Przy należytem, wcześnie rozpoczętem i energicznem leczeniu kiła jest chorobą uleczalną.

Jeżeli jednak prowadzi ona do spustoszeń, szczególnie wśród drobnych dzieci, tłumaczy się to szczególnemi czynnikami utrudniającemi lekarzowi wczesne i długotrwałe jej leczenie. Czynnikami temi są głównie: małe uświadomienie chorych rodziców co do istoty cierpienia, bagatelizowanie sprawy, a także przesądy i fałszywa wstydliwość lub ambicja, nakazująca ukrywanie nawet przed lekarzem choroby, jakoby piętnującej człowieka na całe życie.

Ukrywanie idzie tem łatwiej, że choroba może nie sprawiać żadnych dolegliwości i do czasu pozornie niczem się nie przejawiać. Trudno więc ludziom zrozumieć potrzebę długiego i uciążliwego nieraz leczenia. Często bowiem do szukania ratunku zmusza dopiero ból lub względy estetyczne (przykład — zęby). Straty moralne i materjalne, jakie z tego powodu ponoszą nie tylko jednostki, ale całe społeczeństwo, są bardzo duże, gdyż szereg dzieci, któreby mogły żyć i rozwijać się normalnie — ginie.

Zdarza się lekarzowi, że badając dziecko poweźmie przypuszczenie o możliwości choroby lub znajdzie potrzebę wykluczenia jej istnienia przez pomocnicze badanie krwi i tp., i wtedy nieraz znajduje się on w kłopocie. Jeżeli zwierzy się ze swych obaw rodzicom, wywołuje to czasami z ich strony niesłuszną obrazę na lekarza, wobec którego jedynie zupełne zaufanie może prowadzić do pomyślnych wyników każdego leczenia długotrwałej i uporczywej choroby.

Lekarz wie i widzi, że chorych jest dużo, więcej niżby się nam zdawało, że spotykamy się z nimi wszędzie, we wszystkich warunkach naszego życia osobistego, społecznego, zawodowego i tp. Nie będzie więc lekarz nigdy zdziwiony ani zgorszony żadnem cierpieniem ludzkiem, będąc powołanym do łagodzenia tych cierpień i nieszczęść.

Bywają jednak przykłady należytego ujęcia sprawy przez rodziców. Razu pewnego wezwano mnie do noworodka w rodzinie bardzo inteligentnej, aby zasięgnąć opinji co do zdrowia jego i odżywiania. Przy badaniu dziecka nie stwierdziłem u niego żadnych cech chorobowych, uspokoiłem więc rodziców, że dziecko jest zdrowe. Wtedy ojciec dziecka niespodziewanie zwraca się do mnie z następującemi słowami: cieszę się bardzo, że pan doktór nie znalazł nic złego u naszego dziecka, jednak czuję się w obowiązku uprzedzić, że przed kilku laty byłem chory i wprawdzie lekarze zapewniają, że jestem obecnie zdrów, ale prosilibyśmy o wszelkie możliwe badania, aby przekonać się, czy rzeczywiście dziecko jest zupełnie zdrowe i czy nie należy go leczyć. Tak ujęta sprawa umożliwia lekarzowi odrazu najlepsze wykonanie wszelkich badań i obserwacyj na przyszłość. Muszę zaznaczyć, że dziecko okazało się zdrowe.

Powtarzamy, że kiła jest chorobą uleczalną, pod warunkiem zrozumienia przez chorych potrzeby jak najwcześniejszego i najenergiczniejszego leczenia i stosowania się ściśle do wskazówek lekarzy, mimo pozornego braku potrzeby powtarzania szeregu kuracyj. O ile rodzice dziecka leczyli się należycie, a matka dziecka także i w okresie swej ciąży dzieci mogą rodzić się zdrowe, aczkolwiek muszą być także poddane obserwacji lekarskiej. Chore dzieci należy jak najwcześniej polecić opiece lekarza — specjalisty, co wcale może nie wymagać kosztów i jest dostępne dla wszystkich, wobec

istnienia specjalnych poradni dla matek i dzieci chorych.

Ze strony rodziców trzeba więcej zrozumienia, dobrej woli, zaufania w stosunku do różnych przypuszczeń, które musi robić lekarz dla należytego rozpoznania choroby, a które ostatecznie przecież mają na względzie dobro chorego dziecka, a zresztą któż z nas jest zagwarantowany przed chorobą, o której powiedziane jest, że i „najzacniejsze trafia głowy".

Dr. Jerzy Wiszniewski.



Choroba Jadziuni.

(Jak należy oceniać wyniki mierzonej gorączki u dzieci)

Maleńka Jadziunia leży w łóżeczku już od wczoraj. Wczoraj przed południem jeszcze bawiła się, ale po południu zaczęła pokładać się, mniej bawiła się, była trochę zmieniona w oczach, na kolację jadła niewiele i to zwymiotowała. Mamusia zmierzyła jej gorączkę: termometr wskazywał 38 stopni. Zdecydowano się wezwać lekarza. „Nie można przecież dziecko zostawić na noc bez lekarstwa. Zresztą, co powie doktór, uspokoi, czy zasmuci" rozmawiali zgodnie tatuś z mamusią.

Przybyły lekarz po wstępnych pytaniach, dotyczących początku choroby i objawów chorobowych maleńkiej pacjentki, zaczął ją badać. Jadziunia zachowuje się grzecznie, daje się badać, bo ją nigdy w domu nie straszono doktorem ani bańkami. Doktór zbadał Jadziuni płuca, serce, brzuch, tętno, zajrzał do gardła i, chwilkę pomyślawszy, napisał receptę. „Czy to jaka poważna choroba?" pada pytanie z ust mamusi. Doktór powiedział, że jest to grypa. Choroba ta potrwa kilka dni, o ile więc nie nastąpią jakieś powikłania, za parę dni Jadziunia będzie zdrowa. „A więc to nie zapalenie!" z ulgą odetchnęli oboje rodzice. Przyniesioną miksturę w dwie godziny po wyjściu lekarza Jadziunia chętnie pije, bo wie, że grzeczne dzieci nie sprzeciwiają się prośbie mamusi lub tatusia. Rodzice Jadziuni nigdy nie uciekają się w tych wypadkach do groźby, obietnic czy nagród, bo wiedzą, że tym sposobem dziecko karmi się jadem złych zasad. Ale chwaleniem, stawianiem Jadziuni za wzór dla innych dzieci i podnoszeniem jej ambicji, w ten sposób można osiągnąć wiele.

Noc upłynęła spokojnie.

Na drugi dzień rano gorączka u Jadziuni spadła do 37,8, wprawdzie tylko o dwie kreski w porównaniu z temperaturą wieczorową, ale zawsze to coś znaczy. Jadziunia jest trochę weselsza, prosi, żeby jej dać książeczkę z obrazkami; czytać jeszcze nie umie, ma zaledwie 2 i pół roku, ale wszystkie niemal wierszyki z tej książeczki umie na pamięć, bo tyle razy tatuś i mamusia jej to już czytali. Robi przegląd swoich zabawek; ubolewa, że jej śliczna lala spadła na podłogę i wygniotła sobie czoło. Biedna chora lala!.

Wieczorem Jadziunia jest jakaś rozpalona. Śpi spokojnie, kiedy niekiedy zakaszle. Na czole kilka kropel potu.

Mamusia zakłada jej w pachwinę termometr. Po kilku minutach odczytuje wynik, przygląda się bardzo dokładnie, podchodzi bliżej do światła i znowu odczytuje. Na twarzy mamusi odbija się wielki niepokój, z przerażeniem w głosie wymawia: „39 i dwie kreski"! Wstrząsnęła termometrem i znowu założyła pod pachę. Z twarzy mamusi nie znika przestrach, bo z jękiem niemal znowu odczytuje na termometrze cyfrę 39 i dwie kreski. „To nie może być mówi tatuś!" i sam mierzy gorączkę. Ale po kilku minutach ze smutkiem przekonał się, że rtęć na termometrze zatrzymała się na cyfrze 39 i dwóch kreskach. Jadziuńka tymczasem śpi spokojnie, oddycha miarowo w tempie nieco przyśpieszonem. Twarzyczkę ma zaróżowioną i na czole i koło usteczek kilka kropel potu. A nad jej łóżeczkiem stoją zrozpaczeni rodzice. Mierzą jeszcze kilkakrotnie gorączkę. Gorączka nie spada, przeciwnie podnosi się, bo oto już 39 i pięć kresek. Co to będzie jeżeli gorączka dojdzie do 40 , takiej gorączki dziecko nie przetrzyma.

„Co 2 godziny łyżeczkę od herbaty". Czy dawać to lekarstwo nadal. Ono przecież nic nie pomaga. Gorączka zamiast spadać idzie do góry. To niedobre lekarstwo, a może apteka pomyliła się, a może lekarz choroby nie rozpoznał.

Trzeba na coś zdecydować się, trzeba dziecko ratować! Czekać do rana z taką gorączką? Czyż ona przetrzyma, to wątłe dziecko? Idzie do sąsiadki, to doświadczona kobieta, tyle już dzieci wychowała i pochowała. Dzieli się z nią swoją niedolą. Sąsiadka przychodzi, przygląda się dziecku, smutnie kiwa głową. Twierdzi, że to musi być zapalenie, bo jej zmarła córeczka tak samo wyglądała. Był doktór, ale wszystko było zapóźno umarła.

Radzi wysmarować Jadziunię terpentyną z zieloną oliwą, piersi obłożyć „kozłowym" łojem, radzi wezwać felczera, żeby postawił suche bańki i kilka ciętych, bo doktorzy bardzo w bańki nie wierzą i w smarowanie też, a to pomaga. A może i zastrzyki będą potrzebne, felczerzy zawsze mają ze sobą, jak się powie to zrobi.

Tatuś z mamusią są niezdecydowani, jest już bardzo późno, a możeby tak zaczekać do rana, pozostało tylko przecież kilka godzin. A tymczasem Jadziuni jeszcze raz

zmierzą gorączkę. Tym razem mamusia odczytuje na termometrze gorączkę i twarz jej trochę rozjaśnia się „39 i cztery kreski“. Mierzy jeszcze raz. „Tak, 39 i cztery“. Niewiele, ale cokolwiek gorączka spadła. Mamusi się wydaje, że Jadziunia lepiej jakoś wygląda. Tatuś podziela to zdanie. Zapadła decyzja czekać do jutra rana.

Na drugi dzień rano Jadziunia chce jeść. Zjadła wprawdzie niewiele, ale jest jakaś wesoła. Znowu robi przegląd swoich zabawek, dużo mówi, nawet trochę śpiewa, a prosi koniecznie mamusię, żeby ją ubrała. Mierzona gorączka rano i w południe nie przekracza 37 st. Na twarzach rodziców Jadziuni maluje się radość. Jadziunię cudem jakimś ominęły przykre zastrzyki, cięte i suche bańki, smarowanie zieloną oliwą z terpentyną i okłady z łoju „kozłowego“. Teraz dopiero mamusia sobie przypomniała, jak ten lekarz Jadziuni perswadował, że skoki temperatury są w grypie jak i w innych chorobach niemal zawsze przewidziane i o pogorszeniu się stanu zdrowia dziecka lub o poprawie można sądzić wedle tego, jakie jest samopoczucie dziecka, jaki jest jego stan ogólny, a taka czy inna krótko trwała gorączka wielkiego znaczenia niema.

Ten wieczór trwogi nad łóżeczkiem chorej Jadziuni dużo mamusię nauczył. *Nie będzie już tak często mierzyć gorączki,* a będzie wpatrywała się w twarzyczkę swojej córeczki, aby z niej wyczytać czy to cierpienie nasila się, czy to tylko chwilowy skok gorączki.

Dr. Średnicki



Higjeniczny „becik”.

Jedną ze składowych części wyprawki niemowlęcia jest becik, t. zw. inaczej długa poduszka.

Becik, a jak dawna nazwa wskazuje, „poduszka“ był dotychczas przez nasze babki i matki przygotowywany z pierza. Mówiło się: „taka mała kruszyna musi mieć ciepło“. Otulało się ją puchami, nie bacząc na to, że maleństwo krzyczało, odparzało sobie skórę!

Dziś idąc za postępem higjeny wiemy, jak szkodliwem jest przegrzewanie dziecka. Dlatego też becik, który jest przynajmniej w pierwszych miesiącach życia, niezbędnym — o ile się tak można wyrazić — futerałem, zabezpieczającym wygodę i ciepło — musi być odpowiednio przygotowany.

Jak już wyżej wspomniałam becik puchowy nazbyt rozparza niemowlę.

Bardzo dobrym materjałem, na spód becika jest włoś, trawa morska lub zwykłe siano.

Becik zrobiony z tych materjałów, ma jeszcze tę załetę, że będąc sztywnym posiada równą nieuginającą się powierzchnię. Dziecko leży na nim zawsze w pozycji wyprostowanej, co uwidocznia się przy noszeniu, gdy tymczasem w poduszce z pierza często dziecko wygina się w pałąk.

Równe ułożenie dziecka ma pewne znaczenie tak przy oddychaniu jak i przy trawieniu.

Najlepiej jest, gdy becik będzie kształtu podłużnego, składający się z dwóch części: spodniej t. zw. materacyka i wierzchniej — kołderki, — która powinna być przypinana na guziki.

Długość materacyka 80 cm., szerokość 40 cm., grubość 3—4 cm. Długość kołderki 65 cm.

Materacyk z włosia wymaga roboty tapicerskiej. Natomiast z trawy morskiej lub siana może też być przygotowany w domu.

Przygotowując materacyk w domu należy uprzednio uszyć z trwałego materjału pokrycie o odpowiednich wymiarach, poczem wsunąć przygotowaną tj. poskubaną trawę morską, lub też suche siano. Następnie zapomocą grubej nici należy becik w kilku miejscach przepikować, ażeby zawartość nie przesuwała się.

Kołderka powinna być flanelowa, łatwa do prania, podwójnie lub poczwórnie złożona, w zależności od ciepłoty otoczenia. Pożądane jest mieć kolderkę zapasową.

Poduszka z pierza mniej jest higjeniczna, gdyż nie daje się prać.

Jeżeli zachodzi potrzeba cieplejszego okrycia dziecka, można to uskutecznić kładąc na kołderce lekką poduszeczkę puchową.

Materacyk z przypiętą kołderką wkłada się w płócienną poszewkę.

Dr. Z. Glińska.

Sezonowe jarzyny.

Sprawa jarzyn jest obecnie bolączką wielu matek. Większość matek acz przeświadczone o kolosalnej wartości jarzyn w djecie dziecka, nie podaje ich dzieciom w okresie zimowym wcale, albo tylko w bardzo nieznacznej ilości.

Składa się na to brak świeżych jarzyn oraz ich wygórowana cena. Utarło się jakoś, że najmlodsi nasi milusińscy otrzymują wszystko najdelikatniejsze, najdroższe. A więc z owoców częściej drogie pomarańcze i banany, aniżeli również dobre, wartościowe oraz znacznie tańsze jabłka. Matka od czasu do czasu rujnuje się w zimowych miesiącach na kupno drogich kalafiorów lub brukselki, a potem dziecko przez szereg dni lub tygodni wcale jarzyn nie otrzymuje. „Jakże tu dać maleństwu, starą marchew lub buraczki“? — jest jej rozbrajającem usprawiedliwieniem.

A jednak z wielu względów nie mamy prawa usunąć jarzyny z zimowego jadłospisu dzieci. Niejednokrotnie omawialiśmy wartość jarzyn w odżywianiu dziecka w związku z zawartością w nich witamin.

Z jarzynami dziecko otrzymuje dużą ilość soli mineralnych — niezbędny budulec rosnącego ustroju.

Jarzyny dzięki zawartemu w nich błonnikowi wyświadczają nam wielką przysługę w zwalczaniu częstego u małych dzieci zaparcia.

Wreszcie jarzyny w dużym stopniu urozmaicają jadłospis, a wiemy, przecież, że jednostajność w odżywianiu jest częstą przyczyną braku łaknienia u dzieci.

Przy wyborze jarzyn starajmy się zawsze korzystać ze świeżych, zależnie więc od pory roku zmieniamy rodzaj podawanej jarzyny. Nie mamy w chwili obecnej kalafiorów, szpinaku, groszku i t. d., ale mamy wszak marchew, buraki, kapustę włoską, brukiew, jarmuż, który jest właśnie najlepszy, gdy go mróz trochę przymrozi. Wszystkie te jarzyny, odpowiednio przyrządzone, podawać możemy najmłodszym, a więc nawet półrocznym dzieciom.

Wiele matek nie chce z wymienionych tu jarzyn korzystać, powołując się na to, że są nieświeże.

Prawdą jest, że jarzyny stare przechowywane przez dłuższy czas w piwnicach, sklepie lub na targu, wysychają, tracą wodę, a tem samem świeżość. Muszą przeto być dłużej gotowane, przez co znów tracą wiele, jednak nie wszystko, ze swej wartości.

Toteż popełniamy duży błąd, odmawiając dzieciom tych wprawdzie mniej wartościowych jarzyn.

Dzieci są już w zimie dostatecznie pokrzywdzone przez ograniczone korzystanie ze słońca, powietrza; nie pozbawiajmy ich więc aż do okresu nowalijek niezbędnych dla rozwoju jarzyn.

Dr. T. Lewenfiszowa.

O dzieciach i rodzicach słów kilka.

„Nie płacz, Zosieńko, nie płacz! Mamusia zaraz przyjdzie, a gdy wróci, przyniesie ze sobą śliczną lalkę“.

Na słowa matki promienny uśmiech rozjaśnia spłakane oczka dziewczynki, a usteczka w gorzkim wykrzywione bólu uśmiechają się radośnie. — Lalka!... O, jak się cieszy! Tak bardzo sobie życzyła, żeby jej ukochana laleczka otrzymała nareszcie siostrzyczkę czy córeczkę.

„Pozwala“ zatem mamusi odejść, szczebiocze radośnie i w duszy przeżywa już upragnioną chwilę, gdy mamusia wróci do domu i wręczy jej paczuszkę ze sklepu. Wybiega za matką do przedpokoju i woła: „Mamusiu! Prawda, że kupisz taką lalę, która mówi „mama — tata“ i porusza oczyma?!“ — „Kupię ci, kupię, córuchno, bądź tylko grzeczna i słuchaj Marysi“.

Mamusia odchodzi. Śpieszy się.

Idzie do biura: Spóźnić się jej nie wolno. Rada jest, że zostawiła dziecko pogodne i spokojne. — Przyjdzie do domu dopiero po kilku godzinach, a malutka Zosia zapomni tymczasem o danem jej przyrzeczeniu.

Młoda matka uważa, że w danym wypadku uczyniła wszystko, co należało, by uratować spokój i zapewnić pogodę ducha swemu dziecku. Nie wie, że ciężko wobec niego zgrzeszyła, dając obietnicę, której nie miała nawet zamiaru ani możności spełnić. Przecież nic nie boli nas tak bardzo, jak doznane rozczarowanie.

Jeśli dorośli twierdzą, że małe dziecko nie spostrzega, względnie nie odczuwa wielu rzeczy, a o ile to nawet czyni, nie wyciąga z tego należytych konsekwencyj, — mylą się. Powiem nawet, nie tyle się mylą, ile chcą się mylić, bo jest im wygodniej widzieć w dzieciach tylko zabawki, rozpromieniające ich życie, niż małych krytycznych świadków ich postępowania.

Dziecko obserwuje nas bardzo dokładnie. Wcześnie bardzo, od chwili wystąpienia pierwszych objawów świadomości jest ono opanowane żądzą poznania. Obserwuje oczywista nie wszystko, co przypadkowo spotyka na swej drodze; budząca się jaźń dziecka dokonuje, nie wiedząc o tem, ścisłej selekcji. Dziecko obserwuje te zjawiska, którym towarzyszy odpowiedni akcent uczuciowy, innemi słowy, interesuje się tem, co wyzwala u niego uczucia radości, smutku, gniewu czy obawy.

Zatem dziecko w pierwszej linji żywo interesuje się wszystkiem, co bezpośrednio tyczy się jego malutkiej osoby.

Ośrodkiem jego zainteresowania jest matka. Trudno nam, ludziom dorosłym, uświadomić sobie, wczuć się w to, co oznacza matka dla małego dziecka. Matka jest dla dziecka pierwszą, z chaosu skłębionych i niezróżniczkowanych wrażeń wylaniającą się postacią. W czasie, gdy dla niemowlęcia świat oznacza zaledwie drobny wycinek pokoju, w którym przebywa, gdy nie rozróżnia jeszcze wyraźnie barw ani kształtów, ogarnia ono matkę pierwotnym jakimś aktem poznania. Woń, płynąca z jej ciała, uśmiech, rozjaśnione oczy i pierś, która syci, uspokaja, ciepłem ożywczem ogarnia, to — matka.

Z niemowlęcia zwolna rozwija się dziecko, chodzi już, mówi i wypowiada swoje myśli i uczucia. Teraz widnokrąg dziecka się rozszerzył i rozjaśnił; sięga już poza pokój dziecinny i dom rodzicielski. Matka jednak i nadal, w pierwszych latach życia dziecka zajmuje w jego oczach górujące stanowisko. — Matka wszystko umie, wszystko może; spełnienie każdego życzenia zależy od jej władczej woli; ona jest niby dobrą wieszczką, jej uśmiech rozprasza smutki, jej pieszczota każe zapomnieć o krzywdzie, jej wola decyduje o jego losie. — Dziecko wierzy matce. Jeśli ma wątpliwości, do



niej śpieszy: „Mamusiu, czy to prawda? Czy tak jest, mamo?“

Dziecko z natury swej jest czyste i prawe i, o ile warunki, otoczenie nie sprowadziły go na drogę kłamstwa, prawdomówne.

Zatem Zosia przyznaje w swej malutkiej główce, że mamusia słusznie się na nią gniewała, kiedy raz powiedziała, że talerz sam, najwyraźniej sam, się stłukł, choć później pod wpływem słów mamusi przypomniała sobie, że piłka najzupełniej niepotrzebnie uderzyła o stół i stłukła talerz.

Teraz Zosia zaczyna wątpić. — Jakto?! Mamusia każe mówić prawdę. Mówi, że trzeba dotrzymać danej obietnicy. Powiada, że brzydzi się kłamstwem. A sama?!.. Dziecko zaczyna sobie przypominać. — Tak, lalki mama nie przyniosła. Raz powiedziała, że sklep z zabawkami był już zamknięty, a drugiego dnia, gdy Zosieńka znowu prosiła, powiedziała, że zgubiła pieniądze.

Mały sędzia śledczy, wcielony w cztero czy pięcioletnią Zosieńkę, przypomina sobie, że onegdaj, kiedy ktoś przyszedł z rachunkiem, mamusia poleciła powiedzieć służącej, że jej w domu niema. A innym znowu razem powiedziała cioci, że tak chętnie w niedzielę ją odwiedzi, choć przedtem mówiła tatusiowi, że nie pójdzie do cioci, bo nie chce, bo ciotka jest stara i nudna i że woli pójść do cukierni, gdzie gra muzyka, jest dużo ludzi i przyjemnie.

Jeśli dziecko tak zaczyna myśleć, — a czyni to, choć niezawsze zdradzi się przed nami ze swojemi myślami, — zostało ono srogo przez nas skrzywdzone. Jeśli cień wątpliwości wkradnie się w sąd dziecka o naszej wartości moralnej, zwątpienie wślizgnie się w duszę dziecka. Przestanie ono wogóle wierzyć w prawdę, w dobro, w ludzi.

Dziecko jest prymitywnie sprawiedliwe, powiedziałabym, zacietrzewienie sprawiedliwe, to znaczy, że nie umie jeszcze spostrzegać tego, co w języku prawa nazywa się łagodzącemi okolicznościami. Dziecko czuje i myśli jeszcze krańcowościami i wierzy, że w życiu, jak w bajce, spotykamy wieszczki i jędze, królewiczów i nędzarzy. Dlatego jest rzeczą nader niebezpieczną zachwiać zaufaniem dziecka w autorytet matki. Drobna, dla otoczenia prawie bez znaczenia, okoliczność może podważyć zręby postawy moralnej dziecka.

Pozostaje dać odpowiedź na jeszcze jedno pytanie.

Czy przeżycia dziecka, doznane we wczesnem dzieciństwie, nie są małoważne dla jego późniejszego rozwoju?

Czyż nie jest przesadą z naszej strony, by dbać o każde słowo i gest wobec małego dziecka? „Jest ono jeszcze tak młode!“ powiedzą niejedni. „Przyjdą lata późniejsze — szkoła, studja, życie społeczne, dzieciństwo pogrąży się w mroku niepamięci, a dobro i zło, w pierwszych latach życia doznane, będą niby kamyk rzucony do toni — zrazu woda krąg zatoczy na powierzchni, później tafla wody się wygładzi i nie spostrzeżesz, że przed chwilą ostry kamień przeciął powierzchnię“.

Tak nie jest. Powiedziałabym, na szczęście tak nie jest. Bo jest to dla nas wielką otuchą, skoro wiemy, że troska nasza i dbałość o dziecko w pierwszych latach jego istnienia nie przebrzmią dla niego bez echa. Trudzimy się — to prawda, ale budujemy trwałe podstawy, na których ma wyrość szczęście naszego dziecka.

Znakomici psychologowie doby współczesnej (Freud, Adler i inni) wskazują na to niezbicie, że przeżycia dziecka, doznane w dzieciństwie, mają decydujący wpływ na rozwój człowieka.

Jedne przeżycia, o ile nastąpiły w katastrofalnych okolicznościach, wywolują u dziecka bezpośrednie urazy fizyczne czy psychiczne (upadek może spowodować kalectwo fizyczne lub wstrząs psychiczny, a w jego następstwie — utratę mowy, względnie jąkanie się dziecka). Inne przeżycia mijają narazie — pozornie bez śladu, a w rzeczywistości osadzają się w ukrytym kątku duszy dziecka i później, niby zastygły skrzep krwi w żyłach, wywołują długotrwałą chorobę organizmu. W przeżyciach bowiem pierwszego dzieciństwa należy szukać przyczyn wielu chorób psychicznych ludzi dorosłych (fobje *), neurozy **).

Pogodne, radosne natomiast doświadczenia dziecka, doznane w zaraniu jego dzieciństwa, są niby promieniami słońca, które ogrzewają i rozjaśniają jaźń dziecka i czynią je na przyszłość odpornem wobec przeciwności losu i niedomagań organizmu.

J. Pinesowa.

T R A N.

Tatuś i mamusia byli w wielkim kłopocie. Ich mały Jasio bardzo źle wyglądał i doktór zalecił mu pić tran. Łatwo powiedzieć doktorowi: „tran“, ale czy Jasio zechce go brać?

— Rzeczywiście, trudna to będzie sprawa — rzekł tatuś zmartwiony — siłą mu przecież wlewać do gardła nie będziemy.

Co tu robić? Tran miał być tym zbawczym środkiem, od którego Jaś zakwitnie znowu, nabędzie tyle sił i zdrowia. Aż pewnego razu tatuś powiedział do mamusi:

— Mam świetny pomysł, — sama się przekonasz.

Mamusia wysłuchała uważnie pomysłu ojca i rzekła:

*) *fobje — wstrętny.* **) *neurozy — nerwice.*

— Dobrze, sprobujemy.

Nazajutrz rano mama powiada z wielce tajemniczą miną do Jasia:

— Wiesz co, syneczku — szykujemy ci z tatusiem wielką niespodziankę — ale pod warunkiem, że będziesz bardzo, ale bardzo grzeczny.

Jaś zrobił wielce zaciekawioną minkę:

— Będę bardzo grzeczny — ale co to za niespodzianka?

—A, nie powiem ci, musisz wpierw zasłużyć na to. Zobaczymy, jak się będziesz dzisiaj sprawował. —

Jaś naturalnie starał się zasłużyć na tajemniczą niespodziankę, przymilał się mamie i ojcu, wreszcie pod koniec dnia zawołał:

— Mamusiu, nie mogę się już doczekać.

— Cierpliwości, synku — rzekła mamusia — skoro się tak domagasz, to ci powiem: a więc jeśli drogie dziecko, będziesz się jutro sprawować tak samo dobrze jak i dzisiaj, to dostaniesz coś bardzo dobrego, co się nazywa t r a n, — jest to wspaniałe winko, które dają tylko bardzo grzecznym dzieciom

Nazajutrz Jaś żył cały dzień pod znakiem tranu. Od rana już dopominał się o obiecany specjał, a gdy mama powiedziała, że kupi dopiero po obiedzie, był bliski płaczu:

— Mamusiu, ty chyba żartujesz i wcale mi nie kupisz tego tranu.

Przyszło wreszcie upragnione poobiedzie i tatuś z tajemniczą miną wyciągnął z kieszeni jakąś paczkę.

— Czy Jaś był grzeczny dzisiaj? spytał uroczyście, a gdy mama odpowiedziała twierdząco, odpakował z namaszczeniem dużą butlę jasnego, złotawego płynu:

— Oto masz, Jasiu, t r a n!

Jasiowi zabłysły oczy.

— A mogę zaraz wypić wszystko.

— Nie, Jasiu, to pije się tylko po łyżeczce, żeby na dłużej starczyło. Mamusia też pewno chciałaby się napić, ale jej nie damy, bo ja to kupiłem specjalnie dla ciebie.

Mamusia zrobiła przytem bardzo łakomą minkę i udała, że jej się bardzo chce tranu, ale tatuś oświadczył kategorycznie, że nic z tego.

Jaś przyniósł z kuchni łyżeczkę i patrzał, jak ojciec nalewał tran. Wreszcie nadstawił buzię i jednym łykiem wypił wspaniały płyn. Buzia skrzywiła się nieco — jakby instynktownie, ale tatuś i mamusia mieli twarze tak uśmiechnięte i błogie, że na zapytanie:

— No, prawda, jakie dobre — Jaś odpowiedział z leciutkiem wahaniem:

— Tak.

Siła sugestji była tak wielka, że Jaś i po kolacji wziął tran, wmawiał sobie sam, że to bardzo dobre, buzia krzywiła mu się coraz mniej. Wreszcie naprawdę bardzo chętnie zaczął pijać tran, polubił go i sam prosił o jeszcze.

Tatuś i mamusia byli zachwyceni. Jaś śmiał się później z innych dzieci, które nie chciały pić tranu, i zachęcał je mówiąc:

— Ja to zawsze o jeszcze proszę, jak mi dają.

Do dziś dnia Jasio pije tran bez żadnych grymasów, poprawił się

bardzo, buzia mu zakwitła, ma apetyt.

Ponieważ sprawa tranu jest naogół dosyć trudna, przytoczyłam wam, drogie mateczki, dla przykładu, tę oto historyjkę, która — zapewniam was — jest najzupełniej prawdziwa.

R. Sztrancmanowa.



L A L K A.

Wielu wychowawców pisało już o stosunku dziewczynki do lalki. Gry, zabawy i zabawki dziecięce, wywierają duży wpływ na psychikę dziecka i łatwo poznać jego zainteresowania, według tego, jak się dziecko bawi. Lalka zajmuje specjalne miejsce wśród zabawek dziecinnych, szczególnie o ile chodzi o dziewczynki.

A dziwna rzecz, lalka ma dużo wrogów. Są wychowawcy, wypowiadający wojnę tym porcelanowym stworzeniom, twierdząc, że o ile dziewczynka chce lalki, to niech ją sobie sama z gałganków uwinie, ale niech rodzice nie kupują nigdy wystrojonych i kosztownych laleczek.

Dlaczego? Są przecież różne lalki: drogie i tanie, ładne i brzydkie, estetyczne i potworne. Niech więc rodzice nie kupują tych lalek drogich, brzydkich lub potwornych — z tem zgoda. Ale dlaczego wogóle nie mają dostarczać córeczce tych radości, które daje lalka?

Ze swej strony powiem, że kupowałabym lalki nawet tym dziewczynkom, które lalek nie lubią, a nauczyłabym bawić się lalkami nawet te, które niemi bawić się nie umieją.

Bo lalkę kupić to mało. Trzeba nauczyć bawić się lalką.

Dziewczynka dwuletnia odczuwa już radość i okazuje zainteresowanie na widok lalki. „To przyszły instynkt macierzyński" — tłumaczą sobie ludzie. Dziewczynka wyciąga rączki do lalki. Dajmy ją jej. Ale oprócz lalki dajmy jej łóżeczko, pościel, parę sukienek, szafkę lub pudełko na sukienki. Nauczmy lalkę ubierać i rozbierać.

Niektóre matki gniewają się, że ich córeczki, po otrzymaniu wystrojonej lalki chcą ją zaraz rozbierać. To dobrze. Dziewczynka chce się lalką bawić, chce wlać w nią życie. To lepiej, niż gdyby chciała zdaleka na wystrojoną i nietykalną lalkę patrzeć. Niech się bawi. Niech rozbiera, ubiera, umie złożyć sukienki lalczyne. Niech ją układa do łóżeczka, niech jej śpiewa.

O ile zaś którego dnia rozrzuci

sukienki, a lalkę ciśnie w kąt — nie pozwólmy na to. Powinna zaraz pozbierać i złożyć ubranie, a lalkę ułożyć porządnie do chwili, aż znowu zechce się nią bawić. O ile lalce odpadnie peruka, lub odlecą nogi czy ręce, trzeba zaraz naprawić. Dziecko nie powinno przyzwyczaić się do brzydkiego wyglądu swej lalki. O ile lalkę bije, lub rzuca ją, trzeba odebrać i oddać dopiero, gdy dziecko przyrzeknie poprawę.

Dziewczynka czteroletnia zechce już prać dla lalki. Jest to ulubionem zajęciem dziecinnem. Trzeba pozwolić. Drewniana balijka i malutkie żelazko są taniemi zabawkami. O nieporządek w pokoju nie powinno się bać.

Można nałożyć dziewczynce gumowy fartuszek, wstawić balijkę do dużej miednicy, nalać trochę ciepłej wody — i niech pierze, niech rozwiesza bieliznę, niech ją prasuje. Raz i drugi pokazać dziecku, jak trzeba mydlić, jak prasować, — nauczy się, a ile w tem radości i ile pożytku!

I znowu — gdy dziewczynce po pewnym czasie znudzi się pranie, a lalka będzie brudna, trzeba zachęcić, by i nadal utrzymywała ją starannie. O lalce trzeba z dzieckiem mówić, tłumaczyć, że powinno dbać o nią, pokazywać mu, jak się inne dziewczynki umieją bawić lalką.

Sześcioletnią dziewczynkę możemy już nauczyć szyć dla lalki, wyszywać, szydełkiem zrobić dywanik lub kołderkę. Co za radość dla dziecka, gdy potrafi samodzielnie zrobić wszystko dla lalki! Robótki ręczne wtedy nie będą nudziły. To już nie będzie owa wymuszona, wymiętoszona robota, którą trzeba dusić czasem cały rok. To będą małe, barwne robótki, szybko wykańczane, wszystkie nieodzownie lalce potrzebne.

Małe poduszki na kanapę lalczyną, obrębiane prześcieradełka, wyszywane kapki na łóżko — wszystko będzie łatwe, o ile zainteresuje i zabawi. Niech pracuje dla swej lalki, mała mamusia, niech ją strzeże i pilnuje.

To przyszły instynkt macierzyński, niechże nauczy się porządku, celowości i obowiązkowości w zabawie z lalką. A jeśli przeczulone czasem dziecko zamęcza otoczenie, by się ową lalką zachwycało, lub wstaje w nocy, by zobaczyć, czy lalka śpi, — nie śmiejmy się z tego. Ilość nagromadzonego uczucia w serduszku dziewczynki wyładowuje się narazie może nieproduktywnie, lecz czas zrobi swoje i po paru latach będzie można serce dziewczynki ku wznioślejszym zwrócić ideałom.

Lalka odgrywa swą rolę wychowawczą i z tego powodu należy dostarczyć ją dziecku. Musi być tylko ładna choć lepiej nietłukąca się, ubrana w sukienkę zapinaną na guziki, — przyczem dopilnować, by dziewczynka nauczyła się nią bawić i opiekować.

J. Mackiewiczówna.

Rośliny na oknie.

Doniczkowe rośliny zdobią wielkie mieszkania i małe izdebki; wszędzie prawie znajdzie się ręka, która otoczy je opieką, choć napewno nie wszędzie dostatecznie oceniona jest rola, jaką mogą one odegrać w powszedniem życiu.

Bo tu się zaczyna każdemu już dostępne zbliżenie z przyrodą, tu się można uczyć czem jest praca, ta najprawdziwsza, kiedy ręka dotyka ziemi, kiedy wtykając w nie małą sadzonkę bierze się udział w tworzeniu nowego życia. Grudka ziemi w doniczce, zaniesiona w najbardziej dalekie naturze śródmiejskie mieszkanie, to jakby trochę symbol dalekich pól pooranych i łąk, na których wzrastają kwiaty niezbyt dalekie tej doniczkowej „trawce".

Nie na wszystkich jednak oknach rośnie dosyć roślin doniczkowych i nie wszystkie rosną tak jak mogłyby rosnąć. — Zbyt mało mamy w sobie zamiłowania do hodowli.

Dlatego też byłoby dobrze, żeby dziecko, póki spędza cały dzień w domu, mogło zostać zachęcone do pielęgnowania własnych roślinek i żeby w pracy tej znalazło prawdziwe upodobanie.

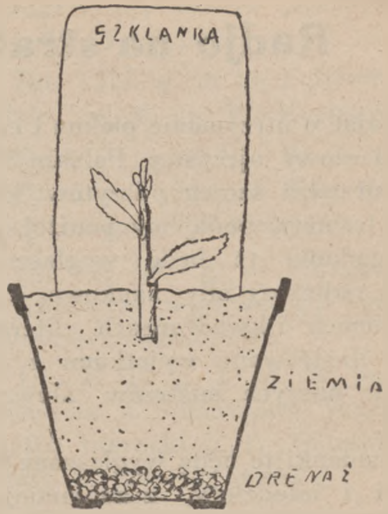
Opiekowanie się jedną, czy paru roślinami pod kierownictwem kogoś starszego nie byłoby rzeczą trudną nawet dla młodszych dzieci. Należy wybrać odpowiednie rośliny. Przedewszystkiem muszą być niezbyt wymagające w hodowli, a więc nie żadne palmy czy paprocie; po drugie powinny rosnąć dość szybko, ażeby dzieci mogły zająć się obserwacją wzrostu, a nakoniec dobrze byłoby, żeby to były rośliny kwitnące.

Wymieniłabym tu pelargonję, ułankę, (fuksję), trzykrotkę (tradescatnia) asparagus, nadawałyby się tu też rośliny gruntowe, które można pędzić w mieszkaniu, jak stokrotka, fijołek, róża miesięczna czy inne.

Jeżeli pędzimy sami rośliny cebulkowe, jak i hiacenty czy tulipany, możemy oddać dziecku na własność jedną doniczkę przyniesioną z piwnicy. Pokazalibyśmy wtedy jak wygląda roślina wyhodowana bez słońca i jak szybko nabiera zdrowego, zielonego koloru, gdy ustawimy ją na oknie. Tutaj rośnie bardzo szybko, a w zielonej kiści potrochu dają się rozróżnić poszczególne różowiejące kwiaty. Codzień obracamy doniczkę, gdyż doskonale widać jak wygina się cała łodyga do upragnionego słońca, aż pewnego dnia rozwiną się wszystkie dzwoneczki i zapachną niezmiernie silnie. Tyle cudów zamkniętych w brzydkiej suchej cebulce. Niedługo będzie można przesadzić niektóre rośliny. I przy tej czynności można skorzystać i opowiedzieć coś o tych roślinach dzieciom.

W kuchni przygotowane wszystko do tej pracy: leży świeża ziemia, nieco większe doniczki, trochę tłu-

czonego węgla drzewnego i skorupki z doniczek. Uderzamy o brzeg stołu doniczką i wybijamy bryłę ziemi, bardzo mocno przerośniętą korzeniami. Prawda jak ciasno tym korzonkom, jak rozrosły się mocno, a poukładały, żeby się jakoś pomieścić. Weźmiemy teraz większą doniczkę, damy na dno skorupkę, która nakryje otworek dla odcieku wody, na to posypiemy trochę drobnego węgla, a na to czarną sypką ziemię, w której będzie dużo pożywienia dla drobnych białych korzonków, którędy idą soki dalej, do łodygi i do każdego listka. Sypiemy teraz ziemię na równo rozłożone korzenie, przyciskamy zlekka, aż póki nie będzie prawie pełno i roślina już posadzona. Podlejemy ją, postawimy na oknie i zobaczymy, jak teraz będzie pięknie rosła, gdy ma dużo miejsca i świeżego pokarmu. Tu może być dużo pytań: poco wodę?; poco słońce? Czem się żywi roślina? — Cała moc tematów na ciekawe opowiadania, a potem, myślę, że z chęcią każde z dzieci zajmie się jedną czy paroma roślinkami, aby móc widzieć, jak pod jego opieką, rosną i rozwijają się. Nauczymy dziecko, jak należy podlewać rośliny, że woda nie może być bardzo zimna, że nie można podlewać za dużo, bo zgniją korzonki, a nie można znów zapominać o podlaniu, bo roślina zwiędnie i zgnije. Co tydzień zrobimy kąpiel kwiatom, żeby zmyć z nich kurz, bo mogą być z tego chore, tak, jak chorują ludzie i mogą znaleźć się na gałązkach różne szkodniki, jak nieznośne mszyce, które zniszczą każdy młody pęd.



Możemy też zrobić specjalnie dla dzieci trochę sadzonek z pelargonji, ułanki, fuksji czy też trzykrotki. Potrzymamy je na oknie pod szklanką póki nie przyjmą się i nie zapuszczą korzonków, będzie im tak cieplej i mniej wyschną, a potem zaczną rosnąć bardzo prędko, coraz nowy listek przybędzie, wystrzelą wysoko wgórę, a gdy słońce będzie prawdziwie wiosenne ukażą się może małe pączki na kwiaty. Gdy będzie ciepło — wystawimy na balkon własne pelargonję, może zakwitną w skrzynce pod oknem, gdzie będzie można się cieszyć codzień niemi, a może posadzimy je w prawdziwym ogródku?

Słońce już coraz cieplejsze, ale trwa jeszcze zima i tylko tyle widać zieleni, co w naszych doniczkach na oknie.

J. Brzósko-Guderska.

Radjo na straży ojczystej mowy.

Dbając o utrzymanie piękna i czystości mowy ojczystej, Polskie Radjo urządza szereg odczytów, których terminy, podajemy poniżej.

Pogadanki te będą wygłaszane przez najlepsze siły naukowe, a w feljetonach i kwadransach literackich, ilustrowane wyjątkami z utworów naszych mistrzów słowa i pióra.

Pogadanki te będą wygłaszane dla dzieci i młodzieży, z znajamiając nawet najmłodszych radjosłuchaczy z rozwojem języka literackiego w Polsce.

Prócz audycji z zakresu językoznawstwa, będzie nadanych szereg innych odczytów, których program załączamy, licząc, że mogą zainteresować nasze czytelniczki.

PROGRAM DLA MŁODZIEŻY I DZIECI

Dn. 1. III. g. 15.50 feljetony: prof: Al. Janowskiego „Na obczyźnie“ p. Wandy Woytowicz - Grabińskiej: „Śmiech i łzy“.

Dn. 3. III. g. 12.30 Poranek szkolny z Filharmonji Warsz. Słowo wstępne wyp. Tadeusz Mayzner.

Dn. 3. III. g. 15.50: „Listy od dzieci“ — Wanda Tatarkiewicz.

Dn. 5. III. g. 12.10: Poranek szkolny ze Lwowa.

Dn. 5. III. g. 18.05: Słuchowisko dla dzieci — W. Tatarkiewicz i B. Hertza: „Baśń o złotej rybce“.

Dn. 5. III. g. 18.30. Koncert dla młodzieży.

Dn. 6. III. g. 15.55. 1) Radjotygodnik dla dzieci, 2) feljeton Wacława Frenkla p. t.: „Jak zbudowano gramofon“.

Dn. 8. III. g. 15.50. Opowiadanie inż. A. Paszkowskiego p. t. „Mój czarny lokaj Jose (wrażenie z Afryki); obrazek pióra B. Hertza p. t. „Coś tam w lesie huknęło“ — dla najmłodszych.

Dn. 10. III. g. 12.35. XX koncert szkolny z Filharmonji Warszawskiej

Dn. 10. III. g. 15.50. Program dla dzieci: Zagadki i szarady; z Wilna — opowiadanie dla dzieci pióra. W Kubickiej p. t. „Przywiązanie jaskółki“.

Dn. 11. III. g. 15.30 Słuchowisko dla dzieci: transmisja z Krakowa; p. t. „Mały Mowgli“.

PROGRAM DLA MATEK

Dn. 1.III. g. 17.10. Prof: St: Słoński: „Co to jest poprawność mowy“.

Dn. 2.III. g. 17.10. Dr: Artur Passendorfer (Lwów) „Nielogiczności językowe“.

Dn. 2.III. g. 20.55. Kwadrans literacki St. Wasylewski: „Kto zwycięży“ (rozdz. z książki p. t. „Na końcu języka).

Dn. 3.III. g. 17.10. Prof: Stan: Adamczewski „Słowo jako element literackiego piękna“.

Dn. 3.III. g. 20. Feljeton — red. Stanisław Poraj. „Barbaryzmy a czystość języka“.

Dn. III. g. 16.20 p. Stefan Ludowicki. „Życie wyrazów“.

Dn. 4.III. g. 17.10. Dr: January Kołodziejczyk. „Pochodzenie polskich nazw roślinnych".

Dn. 5.III. g. 21.55. Feljeton: p. Konrad Górski. „Walka o język narodowościowy w dziejach kultury polskiej".

Dn. 6.III. g. 16.40. „W obronie należytego odpoczynku" — wygł. Marja Ankiewiczowa.

Dn. 6.III. g. 17.15. „Śródpoście w wierzeniach i obrzędach ludowych" — Dr. K. Zawistowski.

Dn. 6.III. g. 21.50. Kwadrans literacki: Kornel Makuszyński — humoreska: „Sprawa o połacunek".

Dn. 7.III. g. — „Serce jako film fotograficzny stanów psychicznych" Dr. W. Łuczyński.

Dn. 7.III. g. 21.40. Feljeton: „Na Maltę" wygł. ks. W. Kneblewski.

Dn. 9.III. g. 17.10. „W nieznanych podziemiach polskich Tatr Zachodnich", wygł. Wł. Midowicz.

Dn. 10. III. g. — „Zagadnienie wychowania poprawczego" wygł. W. Woytowicz-Grubińska.

Dn. 11.III. g. 20.15. W przerwie koncertu z Filharmonji Warsz. feljeton literacki p. t. „Ostatnie dramaty K. Rostworowski".

Dn. 12.III. g. 21.55. Feljeton p, t. „Na śladach legendarnej atlantydy" wygł. p. Helena Porębska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Ewie Bonda.* Djeta rocznego dziecka powinna być następująca:

Śniadanie: kakao owsiane lub kawa zbożowa z bułką lub sucharkami.

Obiad: Wszelkie zupy jarzynowe i owocowe (za wyjątkiem zupy grochowej i fasolowej), zaprawiane mąką lub zasypane kaszką, aby były gęściejsze. Jako drugie danie jarzyny przecierane lub o ile zupa jest z jarzynami, jabłko pieczone, kompot.

Zupę grochową można podawać począwszy od 16—17 miesiąca życia.

Podwieczorek: Połowa tego co na śniadanie i owoce.

Kolację: Kaszka na mleku.

Przeciętna ilość mleka 1/2 litra. Móżdżku narazie podawać nie należy — wobec tego, że córeczka Pani miewa pokrzywkę, należy b. ściśle przestrzegać, aby nie dostawała w djecie jaj oraz niewielką ilość mleka.

Waga i wzrost odpowiadają przeciętnej normie, jak też liczba zębów.

Wobec tego, że mała jeszcze nie chodzi, należałoby podawać tran w ilości 2 łyż. od herb. na dobę oraz przestrzegać pilnie codziennych spacerów.

2. *Pani Owczarkowej.* Pokrzywki na tle przemiany materji w większości przypadków ustępują przy końcu drugiego roku życia.

Bardzo możliwe, że kuracja sto-

sowana przez Panią z tak doskonałym skutkiem, zbiegła się z końcowym okresem wysypki.

3. Pani Wandzie Darskiej. 6 miesięczne niemowlę odżywiane djetą mieszaną powinno jadać 5× na dobę w odstępach 3 godzinnych.

2× pierś, 1× kaszka na smaku z jarzyn i jarzyna, 2× mieszanka. Skład mieszanki następujący: 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1 łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki.

Poszczególne porcje pożywienia 180 gr.

Kaszkę mannę w ilości 1 łyż od herbaty, należy gotować na smaku z jarzyn, aż do zupełnego ugotowania i otrzymania 150 gr. Po ugotowaniu należy dodać 1 łyż. od herb. cukru i 1/2 łyż. masła.

Jarzyna musi być dobrze ugotowana, przetarta przez sito, zaprawiona masłem i cukrem do smaku. Porcję jarzyn stopniowo od 1 do 6 łyż. od herb. Z jarzyn w chwili obecnej mała może dostawać marchew, buraki, szpinak, jarmuż.

Oprócz powyższego dziecku należy podawać surowe soki w ilości 6 łyż. od herb.

Z chwilą ukończenia przez Zosię 7 miesięcy należy 1 mieszankę zastąpić pełnem mlekiem w ilości 180 gr. z dodatkiem 2 łyż. cukru i 2 sucharków.

Czekolady oraz innych słodyczy (cukierki, ciastka) nie należy dziecku podawać.

Ospę można małej zaszczepić w chwili obecnej. Młodsze dzieci lepiej znoszą szczepienie. Poza upalnemi miesiącami pora roku nie odgrywa roli.

Prosimy o nadesłanie fotografji Zosi, o ile będzie odpowiednia chętnie umieścimy w naszem piśmie.

4. Pani Zofji Mielczarskiej: 5-cio tygodniowe niemowlę odżywiane wyłącznie sztucznie powinno jadać 6 × na dobę w odstępach 3 godzinnych. Poszczególna porcja 100 gr. 6 tygodni — 110—120 gr., 8 tygodni 130, 12 tygodni 140 — 150 gr. Ostatnia porcja do 1/2 roku przy 6-cio krotnem odżywianiu. Do 6-tego tygodnia życia mieszanka o składzie: dzie: 1/2 mleka, 1/2 wody z dodat kiem 1 łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki.

Od 8-go do 12 tygodn. życia 1/2 mleka + 1/2 kleiku owsianego (kasza herkulo) z dodatkiem 1 łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki — Po 3 miesiącach 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z tą samą co poprzednie mieszanki ilością cukru.

Surowe soki należy podawać od 3-go miesiąca życia, stopniowo w ilości od 1 do 3 łyż. od herb.

Na spacer należy już dziecko wyprowadzać, rozpoczynając spacer od 10 minut.

Na spacer dziecko powinno być ubrane ciepło, ale żeby się nie pociło.

5. Pani Vencess 4 letnie dziecko może jadać kartofle nawet codziennie. Kartofle zastępują potrawy mączne.

O ile dziecko nie lubi żadnych kasz, można podać równie dobrze

pieczywo, lub też inne mączne potrawy pod postacią kluseczek, naleśników itp.

Niestałe chrapanie synka Pani, może być jedynie zależne od ułożenia. Bardzo często ułożenie na wznak powoduje chrapanie.

O ile dziecko śpi stale z otwartemi ustami, należy poddać je oględzinom lekarza laryngologa celem sprawdzenia czy niema zmian chorobowych w noso-gardzieli.

Osad w moczu rozpuszczający się pod wpływem ciepła nie ma żadnego znaczenia. O ile jednak sprawa ta Panią niepokoi, można oddać mocz do zbadania.

6. Pani Janinie Wójcikowej. Zbadanie córeczki Pani przez lekarza laryngologa wydaje się nam pożądane. Być może migdalki trzeba będzie usunąć. Ze zdrojowisk wskazanych dla małej należy wymienić Iwonicz lub Rymanów. Podajemy to jednak z tem, zastrzeżeniem, że ostateczną decyzję w tej sprawie może podjąć tylko lekarz domowy.

7. Pani Marji Różyckiej. Do odpowiedzi, którąśmy Pani dali w poprzednim numerze wkradła się omyłka drukarska, zśród peperatów słodowych, działających rozwalniająco, podano omyłkowo malton zamiast maltogenu. Niniejszem błąd ten prostujemy.

Tabelki przeciętnych miar foremek bibułkowych

Dla dziewczynek:

	1	1-2	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	15-17	15-17
	centymetrów															
Obwód w piersiach	60	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	87
Obwód w talji . .	60	60	62	64	64	64	64	64	64	64	64	64	66	68	70	101
Długość	45	45	47	49	52	55	59	63	67	71	75	79	83	88	97	21

Dla chłopców:

	1-2	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	14-16	14-17
	centymetrów														
Obwód w piersiach . .	60	62	64	66	68	70	72	74	76	78	80	82	84	86	88
Długość rękawa od wewnątrz	21	23	25	27	29	31	32	34	36	38	40	42	44	46	48
Długość nogawicy spodni o zewnątrz . . .	28	29	32	35	38	41	44	47	51	54	57	61		95	98

Dla pań:

	0	I	II	III	IV
	centymetrów				
Obwód w piersiach	89	90	96	102	108
Obwód w talji	74	74	78	84	88
Obwód bioder	97	98	104	110	116
długość	103	107	113	119	121

Zaznaczamy, że nie każdy model sukni dla pań, czy ubranka dziecinnego posiada formę we wszystkich wyżej podanych wielkościach, to też zawsze będziemy zaznaczać wielkości posiadanych form bibułkowych.

Pamiętać jednak należy, że każdą formę bibułkową można samemu sobie powiększyć lub zmniejszyć do potrzebnego wymiaru.

Ceny foremek bibułkowych:

Sukienka, ubranko, płaszczyk dziecinny zł. 2.10.

Suknia, płaszcz lub kostjum dla Mamusi zł. 2.60.

Bluzka lub spódniczka dla Mamusi zł. 1.85.

Bielizna zł. 1.80 szt.

Bielizna dziecin. zł. 1 szt.

Przy zamówieniu foremki bibułkowej należy podać: Nr. modelu, Nr. „Mł. M.“ wiek lub wymiar p/g tabelki przeciętnych miar, oraz *zgóry* wpłacić należność na P. K. O. konto 14.555 lub w znaczkach. *Foremki bibułkowe wysyłamy po otrzymaniu wpłaty, jako druk zwykły NA RYZYKO ZAMAWIAJĄCEGO.* Za zaliczeniem foremek nie wysyłamy.

O ile patron ma być wysłany przesyłką poleconą, do cen powyższych należy dołączyć 60 gr.

Obszerne wyjaśnienia jak kroić należy p/g foremek bibułkowych podałyśmy w Nr. 9 dwut. Młoda Matka, str. 32. r. 1931

Zakł. Druk. „HELIKON“ Warszawa, Elektoralna 25 tel. 778-52

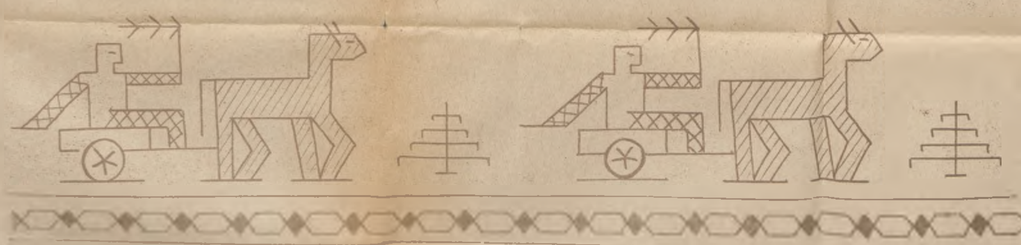
DODATEK DO DWUTYG.
„MŁODA MATKA" Nr. 5
ROK 1932

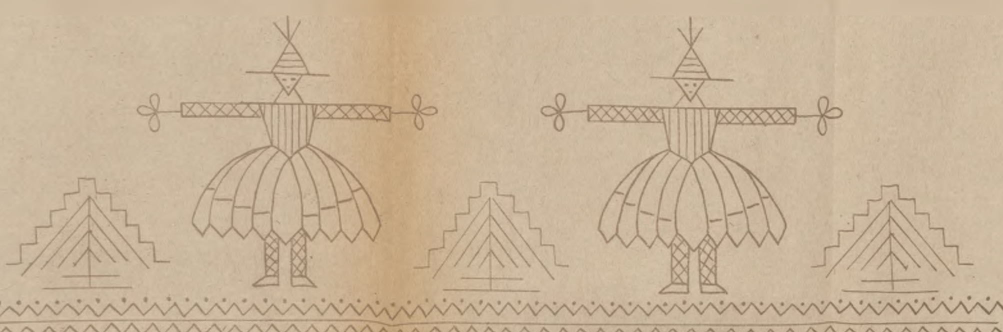
SZLAKI NA FARTUSZKI DZIECIĘCE.

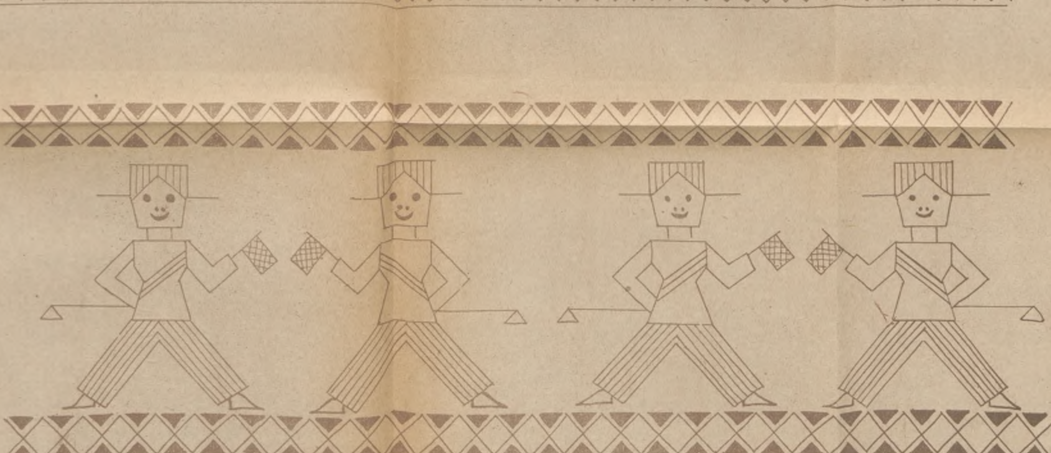
ŚCIEGI:

XXXXXXX KRZYŻOWANY, /\/\/ ↓ WOLNY, — ŻYŁKA LUB ŁAŃCUSZEK,

▲ ◆ HAFT PEŁNY.







I. J.

DODATEK DO DWUTYG. „MŁODA MATKA" Nr. 5 ROK 1932

